№ 3. Warszawa 17 Listopada 1906 r. **Rok 1.**

...numeraty:
...nie Rb. **4**. ...rtalnie ... i Ce- ... **5**. pół- ...artalnie ...icą rocznie Rb. **6**. Za odnoszenie do domu dopł. się miesięcznie k. **5**. Zmiana adresu **20** kop.

KOSMETYKA

Cena ogłoszeń:
Za wiersz petitowy jednoszpaltowy lub jego miejsce: Na 1 stronicy okładki **30** kop Na innych stronicach **20** kop. Nadesłane (w tekście) **75** kop.

Numer pojedyńczy kosztuje 10 k.

Tygodnik poświęcony racjonalnej kosmetyce, estetyce ciała i perfumerji.
Wychodzi w każdą Sobotę.

Adres Redakcji i Administracji **Senatorska 36. Telefon 40.29.** Administracja otwarta codziennie od 11—3 prócz niedziel i świąt.

Redaktor przyjmuje tylko w Niedziele od 12—2. Rękopisów i listów nadsyłanych do Redakcji nie zwraca się.



OD ADMINISTRACJI „KOSMETYKI."

Administracja zawiadamia, iż wyłączne przyjmowanie ogłoszeń do „Kosmetyki" powierzyła p. **Wiktorowi Askanasowi, Marszałkowska 131.**

№ 3. Warszawa 17 Listopada 1906 r. Rok 1.

Warunki prenumeraty: w Warszawie: rocznie Rb. 4, półrocznie Rb. 2, kwartalnie Rb. 1. W Królestwie i Cesarstwie: rocznie Rb 5, półrocznie Rb. 2.50, kwartalnie Rb. 1.25. Zagranicą rocznie Rb. 6. Za odnoszenie do domu dopł. się miesięcznie k. 5. Zmiana adresu 20 kop.

KOSMETYKA

Cena ogłoszeń: Za wiersz petitowy jednoszpaltowy lub jego miejsce: Na 1 stronicy okładki 30 kop Na innych stronicach 20 kop. Nadesłane (w tekście) 75 kop.

Numer pojedyńczy kosztuje 10 k.

Tygodnik poświęcony racjonalnej kosmetyce, estetyce ciała i perfumerji.
Wychodzi w każdą Sobotę.

Adres Redakcji i Administracji Senatorska 36. Telefon 40.29. Administracja otwarta codziennie od 11—3 prócz niedziel i świąt.

Redaktor przyjmuje tylko w Niedziele od 12—2. Rękopisów i listów nadsyłanych do Redakcji nie zwraca się.

Dr. B. W-ski.

Pogadanki z dziedziny estetyki ciała.

Piękność ciała kobiecego.

Rzut ogólny.

(*Ciąg dalszy*).

Przez indywidualność rozumieć należy te wszystkie uchylenia od szablonu, które nadają pięknemu ciału charakterystyczne, jemu tylko właściwe piętno; pięknych ciał kobiecych jest dużo, lecz każde z nich ma swoje odrębne cechy: jedna postać jest wysoką, druga nizką, jedna wysmukłą, druga krępą i t. d.

W ścisłym związku z indywidualnością pozostaje kwestja zupełnego *rozwoju* i *rozkwitu* ciała kobiecego.

Przeważnie ciało kobiece rozwinięte już jest zupełnie pomiędzy 20—22 rokiem życia; brunetki dojrzewają wcześniej od blondynek; wiejska dziewczyna dojrzewa wcześniej od miejskiej panny. Każda kobieta dochodzi podczas swego życia do *najwyższego* okresu rozkwitu, czyli do punktu kulminacyjnego. Wiek, w którym kobieta zazwyczaj zbliża się do tego punktu kulminacyjnego, bywa bardzo niejednakowy. Warunki klimatyczne, temperament rasowy, tryb życia i wreszcie warunki hygieniczne odgrywają w danym wypadku rolę niepoślednią: u narodów wschodnich i południowych, u których kobieta dojrzewa zupełnie w 12-15 roku życia, w 20 — sprawia wrażenie kobiety już zupełnie przekwitłej; mieszkanki północnej i środkowej Europy (a więc i Polki) kwitną dopiero w 20 roku, zdarzają się jednak wypadki, w których pełny rozkwit następuje dopiero w 30, a niekiedy i w 35 roku życia. Kobiety ze sfer zamożniejszych wogóle dojrzewają później i dłużej pozostają pięknemi niż (z nielicznemi naturalnie wyjątkami) kobiety ze sfer uboższych.

Rozpatrzyliśmy tedy pokrótce główne czynniki, warunkujące piękność ciała kobiecego; teraz zajmiemy się analizą estetyczną odzielnych części ciała, i rozpoczniemy przegląd od najważniejszej — od *głowy*.

GŁOWA.

Kształt głowy zależy od rozwoju i budowy czaszki. Ta ostatnia (a zatem i jama mózgowa) jest znacznie mniejsza, szersza, okrąglejsza, niż czaszka mężczyzny. Specjalną ozdobę głowy kobiecej stanowią obfite i długie włosy, które przeciętnie wynoszą 75 ctm. długości, dochodzą jednak nieraz do 150 ctm. Piękne włosy powinny być g ę s t e, d ł u g i e, l ś n i ą c e, m i ę k k i e w d o t k n i ę c i u, j e d w a b i s t e. *Barwa* włosów mniej znaczy niż *gatunek*. Najrzadziej spotykają się włosy czysto-popielatego odcienia, bez żadnych odblysków złotawych, żółtych albo też rudawych; rzadkie też są włosy prawdziwie czarne, jak również czysto złociste; zresztą dzisiaj, dzięki wszelakim farbom do włosów, można mieć te ostatnie stosownie do gustu.

Teraz rozpatrzmy *twarz*, która jest najważniejszą częścią nie tylko głowy, lecz ciała całego, na niej bowiem uwydatnia się indywidualność, a z wyrazu twarzy, z jej harmonijnego układu wyrokujemy przeważnie o urodzie jej właścicielki. Wyraz twarzy zależy od zupełnej symetryczności jej obu połów, od budowy kości, układu mięśni i sprężystości nerwów.

Kształt twarzy jest tem doskonalszy, im szczęka jest węższa i wyższa, im węższe są jej górne wyrostki.

Bardzo ważny wpływ na kształt twarzy wywiera stosunek wzajemny jej mięśni i podściółki tłuszczowej. Tam gdzie mięśnie są mocno przyczepione, warstwa tłuszczu zebrać się nie może; tem się tłomaczy, iż czoło, nos i usta zawsze są wolne od tłuszczu, nawet u osób bardzo otyłych, gdy tymczasem na podbródku zbiera się warstwa tłuszczu, tworząc t. zw. drugą, a niekiedy i trzecią brodę, co bynajmniej ponętnem nie jest. W przeciwstawieniu do podwójnego podbródka należy tu wspomnieć o znanym wdzięku twarzy niewieściej, o t. zw. „dołeczkach“. „Dołeczki“ owe (na podbródku i policzkach) powstają wskutek wplotu pęczka mięśniowego w skórę. Poeci wszystkich krajów i wszystkich czasów wielbią w pieśniach owe „dołeczki“. Ten wdzięk płci pięknej najczęściej jest udziałem nadobnych wiedenek. Mówiąc o tkance tłuszczowej, nadmienić wypada, iż ona to właśnie łagodnie modeluje twarz, czyni jej owal subtelnie równomiernym i harmonijnym, ale tylko dopóty, dopóki istnieje t. zw. *elastyczność* skóry; gdy ta znika, tłuszcz zwisa swoim ciężarem, twarz zatraca swój właściwy wyraz i symetryczność, przestaje być młodą, ponętną, świeżą, zjawiają się zmarszczki...

Poznawszy ogólny układ twarzy, zajmiemy się teraz rozpatrzeniem jej poszczególnych części, i rozpoczniemy od *oczu*, które są prawdziwem „zwierciadłem duszy“.

(Dalszy ciąg nastąpi).



Kosmetyka włosów.

O wpływie strzyżenia włosów na ich rozwój.

Dr. Luster (Kraków).

Strzyżenie włosów uważa większość laików za środek korzystny dla porostu, oraz za zabieg leczniczy w przebiegu wypadania tychże. Przypuszczenia owe uzasadniają laicy faktem, iż krzewy i drzewa proliferują obficie w gałęzie, gdy ich zakończenia bywają ścinane. Twierdzenie podobne, zastosowane do włosów, jest zupełnie mylne, a jest ono wynikiem nieznajomości budowy histo-anatomicznej, tudzież przemian fizjologicznych tego narządu.

Włos bowiem stanowi *martwą* część organizmu, złożoną z komórek nieunaczynionych, a żywotny i twórczy jego narząd mieści się pod cebulką. Różnica zatem między włosem a rośliną polega na tem, że ostatnia zawdzięcza swój rozwój nie tylko korzonkom dostarczającym jej soków odżywczych, lecz głównie zdolności rozwijania się jej części składowych, której to własności włos nie posiada.

Pogadanki Kosmetyczne.

TREŚĆ:

Puder z zawartością przetworów metalicznych (ołów, bizmut, cynk). Jego szkodliwe działanie na cerę suchą i tłustą. Zabarwienie cery pod wpływem jednoczesnego stosowania pudru i preparatów kosmetycznych. Zabarwienie skóry przy jednoczesnem stosowaniu kąpieli siarczanych i pudru. Jak zapobiedz takiemu zabarwieniu? Przepis na puder nieszkodliwy. Puder dla cery śniadej. Puder z dodatkiem olejków eterycznych. Jak wygląda skóra normalna i u osób stosujących puder szkodliwy? Utrata soczystości i osłabienie elastyczności skóry jako następstwa nadużycia pudru. W jakich warunkach nie należy pudrować twarzy? Kilka wskazówek praktycznych. Jak odzyskać soczystość skóry? Mięsienie (massage) i naparzanie twarzy przy stosowaniu pudru. Kremy do masowania twarzy. Przepis na krem do masowania twarzy. Wskazówki praktyczne.

O szkodliwem działaniu pudru na cerę i organizm pomówimy w osobnym artykule. W pogadankach niniejszych chciałem zwrócić uwagę na fakt często spotykany u osób używających pudru z zawartością przetworów metalicznych (ołów, bizmut, cynk), u których zauważyć można przeglądające nawet z pod warstwy pudru szaro-żółte zabarwienie skóry.

Zabarwienie wzmiankowane zdarza się najczęściej u osób z suchą cerą, a stanowi następstwo łączenia się metali, zawartych w pudrze z siarką, wydzielającą się stale z gruczołów skóry i znajdującą się w nabłonku. U osób z tak zwaną tłustą cerą spostrzega się często czerwone lub sino-fioletowe zabarwienie na nosie i policzkach, rzadziej na brodzie. Przyczyny tego zabarwienia należy szukać w zatkanych pudrem ujściach gruczołów łojowych, w których nagromadza się nadmierna ilość tłuszczu, uciskająca naczynia krwionośne, zwłaszcza żylne. W warunkach takich nie może krew żylna swobodnie odpływać, w następstwie czego przeświecają rozszerzane żyły wśród objawów sinofioletowego zabarwienia skóry.

Wspomnieć wypada o przypadkowych zabarwieniach, jakie powstają w następstwie procesów chemicznych, pod wpływem rozmaitych preparatów kosmetycznych, jednocześnie przy pudrze stosowanych.

Najczęściej nabiera cera barwy szarej u osób pudrujących twarz preparatami metalicznemi przy jednoczesnem stosowaniu preparatów siarkowych, względnie kąpieli siarczanych. Na moment ten należy

Zastanowić się obecnie wypada nad *rozwojem* włosa, aby zrozumieć bezmyślność częstego strzyżenia włosów celem „wzmocnienia“ ich, względnie obcinania końców dla przyspieszenia porostu.

Ścisłe badania wykazały, że przyrost włosa, po zupełnem ścięciu go tuż przy skórze, wynosi 1 do 2 milimetrów. Z tą szybkością rośnie włos tylko w pierwszych dniach swego rozwoju, a z każdym dniem następnym maleje długość przyrostu, tak iż dla zupełnego rozwoju włosa do długości, wynoszącej u kobiet przeciętnie 70 centymetrów, potrzeba 4 do 5 lat.

Przekonać się o tem można na brodzie u mężczyzn. Nazajutrz po ogoleniu brody, widzimy już włosy dochodzące do 1 mm. długości; w następnych dniach wytwarza się włos wolniej, a do osiągnięcia skromnego zarostu upływa nieraz okres 3—4 miesięcy. Gdyby przyrost odbywał się równomiernie wśród przybytku 1 milimetra na dobę, uzyskanoby w ciągu 6 tygodni stosunkowo dość pokaźną bródkę, bo pół decymetra wynoszącą. Tak wszelako nie bywa w rzeczywistości, ku zmartwieniu adolescentów, pragnących szybko zmężnieć.

Fakt powyższy wyświetla nam zdolność proliferacyjną narządu włosotwórczego, o którym musimy się wyrazić ujemnie, jeśli jego siła twórcza już po kilku dniach słabnąć poczyna.

Na podstawie rezultatów osiągniętych ścisłemi badaniami mogę stanowczo zaprzeczyć, jakoby częste strzyżenie włosów u mężczyzn, względnie jednorazowe ich obcięcie u młodych dziewcząt, lub też ścinanie końców u dorosłych, miały jakikolwiek wpływ dodatni na porost, a postaram się nadto wykazać, że niektóre z wymienionych zabiegów bywają wprost zgubne.

Narząd włosotwórczy podlega siłom samoregulującym ustroju, wobec czego wytwarza on szybko nowy włos, gdy skórę pozbawiono tej widocznie potrzebnej pokrywy, przyczem wysila on znaczny zapas swej energii żywotnej. Z chwilą, gdy długość wytworzonego włosa wystarcza do pokrycia skóry, słabnie czynność narządu twórczego, i następuje okres częściowego spoczynku.

Słuszne byłoby pytanie, jaką drogą dowiaduje się narząd włosotwórczy o braku włosa nad powierzchnią skóry i o konieczności wypełnienia powstałego braku, jeśli włos nie jest unerwiony, wobec czego odpada wpływ odruchowy.

W tej kwestji nie znajdujemy w dziełach naukowych wyjaśnienia, albowiem fizjologią włosów dotychczas stosunkowo mało zajmowano się, jakkolwiek zupełnie niesłusznie, gdyż włosy stanowią dość ważny narząd ustroju, a procesy fizjologiczne — choćby odbywające się w tak małym narządzie — uważam co najmniej za tak ważne, jak znajomość znaczenia spójników u Homera, czemu poświęcono dotąd olbrzymie dzieła, mogące zapełnić wcale pokaźne półki biblioteczne.

Celem zrozumienia mego zapatrywania na zjawisko szybkiego wydłużania się krótko ściętego włosa nadmieniam, że narząd włosotwórczy t. zw. papilla, stanowi stożkowaty pagórek, złożony z komórek i obfitej sieci naczyń krwionośnych. Nieznaczny tedy ucisk na odcinek bocznej ściany papillae, pod wpływem zwisającego włosa, wywołuje zmniejszenie dopływu krwi do niej i osłabienie przemiany materji.

Po ścięciu natomiast włosa ustępuje ucisk na naczynia krwionośne, przez co przypływ krwi staje

---

zwrócić baczną uwagę, albowiem z wód siarczanych wydobywa się siarkowodór w postaci gazu, który łączy się chciwie z metalami, dając połączenia barwy ciemnej. To też spostrzegamy u przezornych osób, które ścierają przed kąpielą siarczaną puder z twarzy, mnóstwo czarnych punktów jako rezultat procesów chemicznych, odbywających się w ujściach gruczołów, w których zatrzymały się cząstki pudru.

Należy tedy przed rozpoczęciem zabiegów leczniczych, tak u wód siarczanych, jak i w domu stosowanych, wycierać starannie twarz olejkiem migdałowym przed każdorazowem myciem twarzy, celem usunięcia wszelkich śladów pudru. Podczas wspomnianych zabiegów leczniczych nie radziłbym nawet używać t. z. mączki ryżowej, gdyż pod tą nazwą kryją się często składniki metaliczne. Dla osób, u których pudrowanie twarzy stało się nałogiem, a wszelkie moje perswazje w kierunku zaniechania tego co najmniej nieracjonalnego zabiegu, odbiłyby się głuchem echem o łamy „Kosmetyki“, podaję niżej przepis na puder nieszkodliwy dla organizmu, z którego składnikami siarka się nie łączy.

Rp.

Amyli Pistaciae,

Amyli Oryzae

$\overline{aa}$ (po) 10,0

Talci veneti

40,0

Poudre de toilette à la pistache.

Celem osiągnięcia bardzo subtelnie sproszkowanego pudru należy pierwsze dwa składniki przesiać przez jedwabne sito, specjalnie do tego celu służące. Dla cery śniadej byłby wskazany dodatek ugru złotego (1/2 grama na 100 pudru). Kobietom, rozkoszującym się zapachem olejków eterycznych, poleciłbym fabrykat Schimla, fabrykanta olejków eterycznych w Miltitz pod Lipskiem. Schimel wyrabia specjalny olejek eteryczny do pudru, nie drażniący skóry, o wykwintnym zapachu. Puder podług powyższego przepisu przyrządzi na żądanie każde lepsze laboratorjum kosmetyczne.

Wygląd skóry u osób stosujących szkodliwe pudry ma cechy tak charakterystyczne, że oko znawcy zdoła z objawów rozpoznać nawet siłę wysuszającą danego preparatu.

Skóra, stale pudrowana, staje się sucha, martwa; zarysowuje się najczęściej w okolicy kątów ust i po-

się obfitszy; komórki bywają pobudzone do żywszej przemiany materji, co znów trwa do chwili wytworzenia się warunków pierwotnych pod wpływem ucisku rozwiniętego włosa.

Zapatrywanie powyższe wyjaśnia nam jednocześnie zjawisko normalnej dziennej zmiany włosów, o czem wspomniałem w artykule w 1 numerze „Kosmetyki“. Wiadomo, że włos, doszedłszy do kresu swego rozrostu, musi wypaść, a uważam ten fakt za następstwo zupełnego wyczerpania papillae, pozostającej pod działaniem długiego włosa.

Dla poparcia mego zapatrywania przytoczę jeszcze jeden fakt, który często spostrzegałem, a mianowicie, obserwując włos przy skórze i w dalszej jego rozciągłości zauważyłem, że często różniły się one w cześciach wzmiankowanych, pod względem *grubości i zabarwienia.* Część włosa przy skórze, a zatem najmłodsza, bywała cieńsza i jaśniejsza, niejako anemiczna, gorzej odżywiona, aniżeli środkowa. Po ścięciu takiego włosa wyrastał znów włos o normalnej grubości z dostateczną ilością barwika.

Zastanówmy się obecnie nad następstwami *częstego* strzyżenia włosów.

Wiadomo, że każdy narząd, nadmiernie wysilany nuży się szybko, ba, nawet ulega degeneracji, a opierając się na fakcie nadmiernego wysilania papillae przez częste, krótkie strzyżenie włosów, łatwo zrozumiemy, jak niekorzystnie wpływać musi ten zabieg na porost. Wycieńczona bowiem papilla częstem jej pobudzaniem do szybkiego rozwoju włosa, wytwarza coraz słabszy włos, a w końcu zupełnie zanika.

Jako dowód słuszności powyższych zapatrywań powinien posłużyć fakt rzadko spotykanej łysiny u kobiet, która tak często ozdabia głowę mężczyzn. Kobieta, jako rzekomo istota słabsza powinnaby i w tym kierunku okazać zmniejszoną odporność, zwłaszcza w przebiegu chorobliwego wypadania włosów, a jednak zachowuje do późnej starości bujne włosy — mimo wpływów niekorzystnych, dyktowanych przez niemiłosierną modę i mimo większej trudności pielęgnowania skóry na głowie.

Żaden zarzut, mający na celu obalenie powyższych zapatrywań, nie wytrzymuje krytyki.

I tak twierdzą niektórzy, że praca umysłowa absorbuje krew do odżywiania mózgu kosztem skóry głowy, czem motywują przedwczesne łysienie u mężczyzn. Argument ten trąci co najmniej zarozumiałością, nie brak nam bowiem kobiet pracujących dużo umysłowo, a mimo to ozdabia ich piękne główki istny las włosów, jak z drugiej strony naliczyć można tysiące mężczyzn, nie zajmujących się zupełnie pracą umysłową, a — łysiejących. Wiemy nadto, że wielcy myśliciele i mężowie głębokiej wiedzy zachowali do końca życia obfity porost. Wieszcza naszego Mickiewicza zdobiły bujne sploty włosów; Pettenkofer zachował do późnej starości bujną czupryne, a portrety wybitnych muzyków świadczą o braku związku między pracą umysłową, a ubytkiem włosów.

U ludów dzikich, którym kultura nie narzuciła nożyczek, należy łysina do nadzwyczajnych wyjątków. Ciekawy jest też fakt, że u Chińczyków, którzy — jak wiadomo — noszą warkocze, wychodzące z powszechnie zwanego czubka, a zatem z tej części skóry, która zwykle daje początek łysinie (tonsura), jako najmniej odporna, nie zauważono łysiny.

---

wiek w kształcie linijek drobnych, natomiast na skroniach, na czole i policzkach spostrzedz się dają drobniutkie kwadraciki, względnie prostokąty, w następstwie krzyżowania się linijek, przebiegających w różnych kierunkach. Są to objawy utraty soczystości w powierzchownych warstwach skóry, jak niemniej osłabienia włókien elastycznych.

Dziś zajmiemy się utratą soczystości i metodą przywrócenia skórze świeżości, tego tak pożądanego powszechnie czynnika dla zachowania normalnej cery.

Skóra normalna powinna być gładka, soczysta, matowa, elastyczna i normalnie zabarwiona.

Żadnej z tych zalet nie posiada skóra wysuszona pudrem; wygląda ona jak pergamin; załamuje się coraz bardziej, a wytwarzające się zmarszczki wskazują na wiek poważniejszy aniżeli — metryka. Wystarcza przyjrzeć się skórze ciała osób, pudrujących twarz szkodliwemi przeparatami, a przekonać się można łatwo o prawdziwości powyższych słów. Gdy bowiem skóra ciała bywa wcale soczysta, elastyczna i miła w dotyku dzięki swej gładkości, czyni twarz wrażenie jakoby nie należała do swej pięknej postaci o młodocianej świeżości.

Nadmienić należy, że skóra ciała znajduje się w znacznie gorszych warunkach hygienicznych, aniżeli skóra twarzy, z powodu utrudnionej transpiracji i zaniedbywania hygieny. Mam tu na myśli okrywanie ciała odzieżą i stosunkowo do potrzeb rzadko stosowane kąpiele, podczas gdy twarz bywa zmywana codziennie. Nie przeczę, ze skóra ciała znioslaby dłużej działanie pudru, dzięki większej odporności, wszelako moment ten świadczyłby tylko o wrażliwości skóry twarzy na wpływy niekorzystne, co powinno raczej zachęcić do racjonalnego pielęgnowania cery, aniżeli do — wandalizmu.

Stosowanie pudru stało się dziś już tak powszechne i modne, że nawet osoby, które przyroda obdarzyła wszelkiemi zaletami dobrej cery, pudrują twarz i szyję przed balem, zebraniami towarzyskiemi i t. d. celem nadania cerze białości, oraz pokrycia połysku.

A właśnie potępić należy pudrowanie twarzy u osób uczęszczających do lokalów oświetlonych gazem, albowiem atmosfera w takich warunkach bywa przesycona siarką, wytwarzającą się z płonącego gazu, która łącząc się z przetworami metalicznemi pudru — wywołuje z biegiem czasu nienormalne i przykre dla oka zabarwienie.

Zdaje mi się, że słowa powyższe usposobią niektóre z Czytelniczek nieprzychylnie ku mej osobie, a nie chcąc żyć z niemi w niezgodzie, aby módz i na-

Nadzwyczajną odpornością odznaczają się włosy na potylicy i skroniach tudzież na brodzie u mężczyzn, gdzie, mimo strzyżenia, względnie golenia, odrastają włosy w swej dawnej tęgości.

Wobec tego wolno strzydz włosy krótko na potylicy (w tylnych częściach głowy) i na skroniach, w przednich zaś częściach, w linii środkowej aż **poniżej** czubka należy zostawiać na pół decymetra, zrównując je co 5 tygodni. U mężczyzn cierpiących na łupieże, względnie wypadanie włosów, radziłbym ostrzydz je raz krótko przed rozpoczęciem zabiegów leczniczych, celem utorowania drogi do skóry środkom leczniczym, atoli wystrzegać się krótkiego strzyżenia włosów w dalszym ciągu leczenia.

W przebiegu chorobliwego wypadania włosów bywa krótkie strzyżenie bardziej zgubne, aniżeli wśród normalnych warunków, ponieważ osłabiona papilla nie jest w stanie podołać wysiłkom ciągłej regeneracji.

Niestety, zauważyłem, że mężczyźni, cierpiący na wypadanie włosów, rozpoczynają leczenie od zrównywania ich z powierzchnią skóry. Następstwa takiego postępowania bywają niemniej fatalne, jak częsta lektura o zmroku dla osób krótkowidzących.

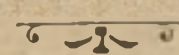
Wiadomo nam, że im bardziej włos rozwinięty, tem wolniej rośnie. Podcinanie zatem końców włosów u kobiet nie ma żadnego uzasadnienia, gdyż zabieg ten nie pobudza wcale włosów do porostu, a cierpi przytem moment estetyczny przez skrócenie długich włosów, których powrót do dawnej długości wymaga stosunkowo bardzo długiego czasu. Na zakończenie mych wywodów nadmieniam, że raz ścięte krótko włosy u kobiet nigdy nie dochodzą do pierwotnej swej długości. Fakt ten, na który zwrócił uwagę Hebra, obserwowałem u osób, które — z obawy przed wyłysieniem — obcięły zupełnie włosy po przebytej chorobie gorączkowej.

Z uwag powyższych wynika, że częste strzyżenie włosów u mężczyzn poniżej 5 centymetrów na przestrzeni: od przodu ku potylicy, poniżej czubka jest wysoce szkodliwe.

Strzyżenie końców włosów długich pozostaje bez wpływu na ich rozrost.



Z dziedziny perfumerji.



Woda utleniona, jako środek dezynfekcyjny i oczyszczający w fryzjerstwie. Dr. R. Helgermann zaleca do sterylizowania szczotek i grzebieni w salonach fryzjerskich, roztwór wody utlenionej, zawierający $1^1/_2$% dwutlenku wodoru na wagę. Roztwór taki należy trzymać w szkle, szczotki i grzebienie wkładać w niego na 30 minut. Po wyjęciu, szczotki oczyszcza się grzebieniem Materjał używany na szczotki nie ulega zepsuciu.

—o—

Krem Marji Stuart. 10 gramów ałunu rozpuszcza się w białku z dwóch jaj w glinianym garnuszku,

dal dla ich dobra uświadamiająco pracować, pozwolę zagorzalszym zwolenniczkom pudru pudrować twarz, atoli wyłącznie przed wyjściem z domu na wolne powietrze, w dniach słonecznych, o ile użyty puder będzie wolny od wszelkich składników metalicznych. Po powrocie do domu, należy zetrzeć puder z twarzy watą zwilżoną w olejku migdałowym, poczem tak natłuszczoną twarz zmyć w gorącej wodzie i mydłem „neutralnem“.

Kobietom, pudrującym twarz, jak niemniej osobom, które nadwyrężyły cerę (artystki) pudrowaniem i innemi zawodowemi zabiegami, radziłbym zastosować się do niżej podanych wskazówek: starłszy puder olejkiem migdałowym, należy masować twarz kremem niżej podanym przez 10 minut, i to w kierunku przebiegu naczyń żylnych *). Mięsienie to ma na celu wywołanie przekrwienia skóry dla dostarczenia jej obfitszej ilości płynu do dalszego zabiegu.

Masuje się czoło od środka (trzema palcami obu rąk; jednocześnie po obu stronach twarzy) poprzecznie, ku skroniom. Od skroni wzdłuż ucha prostopadle ku dołowi; policzki i brodę poprzecznie. Po skończonem mięsieniu, naparza się twarz przez 10 minut, zostawiwszy cienką powłokę kremu na twarzy. W braku wanny do naparzania, ustawia się szerokie naczynie z gorącą wodą na stole, a usiadłszy w pewnem oddaleniu od naczynia, przykrywa się głowę i naczynie prześcieradłem, celem wytworzenia przestrzeni, nasyconej silnie parą. Po naparzeniu zostawia się cienką powłokę kremu na twarzy, nie zmywając jej przed upływem godziny, jeśli powyższe procedury zastosowano wśród dnia. Stosując natomiast owe zabiegi przed spaniem, należy zetrzeć krem z twarzy watą, a przez noc zostawić na twarzy nieszkodliwą pastę.

Angielki używają do tego celu mięszaniny tłuszczu i specjalnych gatunków mączki. Z preparatów w handlu będących byłyby otrąbki „Silvia“ w tych wypadkach wskazane. Dla mniej zamożnych poleciłbym zostawianie kremu do masowania w cienkiej powłoczce na twarzy do rana.

Rp.

Acidi borici subt. pulv. $3_{,0}$

*) Mięsienie twarzy (massage) ma w kosmetyce obszerne zastosowanie, atoli nie może być szablonowo podług jednego systemu stosowane, albowiem każda z różnorodnych przypadłości wymaga odmiennej metody, o czem w artykule o mięsieniu twarzy obszernie, przy pomocy rycin, objaśnię.

wstawia na słaby ogień, ciągle mięszając do zupełnego wyparowania części wodnej białka, starając się, aby białko nie zostało ścięte. Masę zdejmuje się z ognia, studzi i umieszcza w moździerzu porcelanowym, dodaje 3 gr. kwasu bornego, 40 kropel tynktury benzoesowej, 40 kropel oliwy, 5 kropel żelatyny płynnej lub gumy arabskiej, mąki ryżowej ilość odpowiednią i 20 kropel perfum wedle upodobania. Wszystko tak długo się mięsza, dopóki nie otrzymamy równomiernego kremu.

Przed użyciem, bierze się tego kremu ilość wielkości grochu, zarabia kilku kroplami wody różanej i naciera skórę rąk i twarzy. Przechowywać go należy w naczyniach dobrze zamkniętych.

—o—

Co używano dawniej zanim wprowadzono szczotki do zębów. W tym celu posiłkowano się odpowiednio przygotowanemi korzeniami roślinnemi. Wybierano np. korzeń ślazowy o ile możności prosty, długości 135 milimetrów, oba jego końce wystrzępiano, gotowano w wodzie z korzeniem zębownika, korzeniem czerwieńca i cynamonem, pokrajanych na drobne kawałki. Gdy korzeń ślazowy stał się miękki, wyjmowano go ostrożnie z wody, aby go nie złamać, następnie wkładano go do słabego spirytusu na 24 godzin i w końcu suszono w piecu do pieczenia chleba.

Tak przyrządzony korzeń przed użyciem do czyszczenia zębów, maczano w wodzie gorącej.

W podobny sposób przygotowywano korzeń chrzanowy z tą różnicą, iż w miejsce spirytusu, stosowano tynkturę goździkową, następnie powlekano tragantem i po wysuszeniu puszczano na niego kilka kropel balsamu komandorskiego (Tra Benzoes comp.).

Korzeń lucerny odpowiedniej grubości obnażano z kory, powoli suszono, po zupełnem wyschnięciu krajano na kawałki po 80 centymetrów, oba jego końce zbijano młotkiem, aby włókna utworzyły rodzaj pendzelka. Następnie moczono przez 1—2 dni w spirytusie nastawionym na korzeniu czerwieńca, suszono i gładzono kością słoniową. Zalecany on był osobom o delikatnych dziąsłach.

Korzeń lukrecjowy. Wybierano zdrowe i proste kawałki, długości 110—135 milimetrów, suszono powoli aby się nie skręciły. Po wysuszeniu korę usuwano za pomocą raszpli, zabarwiano na czerwono, i w końcu pociągano kilkakrotnie złożoną tynkturą z korzenia zębownika.

Również używano także w tym celu delikatnych łodyżek lipowych, które przygotowywano w sposób powyższy i pociągano kilka razy roztworem spirytusowym balsamu peruwiańskiego lub tolutańskiego.

Wreszcie wspomnimy tu o gąbkach osadzonych na trzonkach z kosztownych drzew jak: hebanu sandału i t. p. Gąbki przed osadzeniem na drzewie, krajano na małe kawałki, wielkości jaja gołębiego, farbowano krwią smoczą, po uprzedniem wymoczeniu przez kilka godzin w eliksyrze do zębów.

W. W.



Acidi salicyl.
0,1.
Tere cum ol amygd. opt.
quant. sat.
Mitini Krewell
40,0
M. f. ung. S. Krem do masowania.

Komu stosunki pozwalają, byłoby wskazane poddać się kilku takim procedurom w jednem z laboratorjów kosmetycznych, w których wykonywa się mięsienie, zanim rozpocznie się leczenie w domu, celem zaznajomienia się z siłą mięsienia, temperaturą kąpieli twarzy podczas naparzań i t. d.

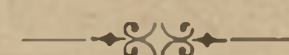
Wszelkie powyższe procedury mają na celu wywołanie przypływu krwi do skóry i zatrzymanie przesączyny (surowicy) w powierzchownych warstwach skóry, dla odzyskania soczystości cery.

Na tem zakończę dzisiejszą pogadankę; w następnych numerach „Kosmetyki" postaram się odsłonić Czyt. dalsze skutki pudrowania twarzy, oraz metody, zdążające do poprawienia zepsutej cery.

Dr. Luster.



O pielęgnowaniu skóry.



Piękną może być tylko *zdrowa* skóra, zasadę tę jednak nie zawsze można stosować w kierunku odwrotnym: nie zawsze zdrową skórę można nazwać piękną. Różne rasy pojmują piękność zupełnie odmiennie: indyanie i murzyni, naprzykład, dla nadania piękności swej skórze, poddają się tatuowaniu, rasy azyatyckie barwią sobie skórę na różne kolory, europejczycy zaś stosują cały szereg środków kosmetycznych.

Wielu, niestety, uważa ciało za posąg, któremu można dowolnie nadać zależny od gustu naszego wygląd, lecz niewielu jest takich, co wiedzą, iż skóra jest organem *żywym*, z którym należy postępować również ostrożnie, jak ze wszystkiemi innemi organami. Skóra jest nietylko ozdobą naszego ciała, lecz także tarczą, chroniącą przed różnemi szkodliwemi wpływami zewnętrznemi, jest regulatorem wydzielin naszego ustroju, odgrywa poważną rolę jako narząd oddechowy, jest wreszcie organem dotyku. Skóra jest również poniekąd zwierciadłem, w którem odbija się stan naszego zdrowia. Zważywszy to wszystko, łatwo pojmiemy, że tylko zdrowy ustrój może posiadać zdrową czy-

li piękną skórę. Jakież własności powinna mieć skóra, ażeby ją można było nazwać piękną?

Przedewszystkiem powinna ona być *czystą*, nie wydzielać żadnych zapachów, być miękką, jędrną, świeżą, gładką w dotyku, lekko przezroczystą z biało-różowem zabarwieniem, nie powinna mieć żadnych plam lub wyprysków, powinna być wrzeszcie elastyczną *) i mieć połysk matowo aksamitny. Taką skórę porównywają poeci z kością słoniową, alabastrem i marmurem, lub na przemian z różą, lilją, krwią z mlekiem i śniegiem. Skóra kobieca jest wogóle delikatniejsza i jaśniejsza od skóry męzkiej.

Mówiąc o normalnie pięknej cerze wspomnę tu również o tak zwanej „patologicznej", czyli chorobowej piękności cery.

Niektórzy chorzy, a zwłaszcza suchotnicy, nieraz uderzają nas swoją „interesującą urodą". Powłóczyste, pełne bólu spojrzenie, dziwny, wilgotny blask oczu delikatna, niezwykle przejrzysta cera, z wybitnem rozgałęzieniem naczyń skóry, zawsze natchniony, a nieraz pełen zadumy wyraz twarzy, nadają obliczu tych ludzi jakiś duchowy, przyciągający urok. W tych razach znajdujemy się już nie pod wpływem analizy estetycznej, lecz pod siłą pewnego wrażenia. Nie zmysł piękna bywa w nas wówczas podrażniony, lecz coś takiego, co właściwiej należałoby nazwać współczuciem, niż zadowoleniem estetycznem.

Zanim przystąpię do opisu różnych środków stosowanych w kosmetyce skóry, przytoczę tu krótki zarys anatomii i patologii (czyli chorobowych objawów) tego narządu ustroju naszego, albowiem znajomość choć pobieżna tych działów jest niezbędną dla racyonalnego pielęgnowania cery.

Skóra składa się 2 warstw głównych: powierzchownej czyli zewnętrznej, cienkiej, pozbawionej naczyń i nerwów i zwanej *naskórkiem*, i drugiej głębokiej, czyli wewnętrznej, grubszej, unaczynionej i unerwionej, czyli t. zw. *skóry właściwej*. Skóra właściwa składa się również z 2 warstw: 1) ze skóry jako takiej i z tkanki tłuszczowej podskórnej, dzięki której ciało (zwłaszcza kobiece) posiada kształty takie zaokrąglone, miękkie i subtelne.

Naskórek jest warstwą jakby nawpół martwą — głównem zadaniem jego jest chronić warstwy znajdujące się pod nim. U różnych osobników, zależnie od zajęć i trybu życia, ulega on szeregowi zmian, jak naprzykład, pod wpływem warunków klimatycznych lub hygienicznych staje się on nieraz zgrubiałym, wskutek czego skóra wydaje się pergaminową, nieprzezroczystą, grubą i szorstką w dotyku.

*) Przez elastyczność rozumieć należy własność skóry, dzięki której ta ostatnia przylega do powierzchni ciała gładko zupełnie i bez fałd, które, jeśli czasem i powstają, to wygładzają się łatwo przy prostowaniu członków. Z wiekiem skóra traci swoją elastyczność; wówczas właśnie zjawiają się zmarszczki, których pierwsze zwiastuny ukazują się zazwyczaj w kątach oczu.

Skóra właściwa: w niejześrodkowują się wszystkie czynności skóry, to też najmniejsze zmiany w tej warstwie pociągają za sobą cały szereg zniekształceń skóry. Tu rozrzucone jest mnóstwo najróżniejszych gruczołów: potowych, łojowych, włosowych, tu znajdują się zakończenia różnych splotów nerwowych, całe sieci naczyń krwionośnych i chłonnych, tu stale funkcyonuje pracownia, która reguluje wszystkie uszkodzenia powierzchowne i głębokie skóry.

Jakież są czynniki, które powodują zmiany chorobowe w obu tych warstwach?

Czynników takich jest dużo, i dadzą się one podzielić na dwie główne kategorye. Do pierwszej należy zaliczyć czynniki zewnętrzne, bez udziału naszego ustroju, do drugiej — czynniki zależne od zmian chorobowych wewnątrz naszego ustroju. Niezależnie od tych dwóch kategorji, istnieje cały szereg zniekształceń skory *wrodzonych*, jak naprzykład, najróżnorodniejsze *plamy*, *znamiona barwnikowe*, *włosiste*, *naczyniowe*, *brodawkowe*, e. t. c. Zmiany zależne od stanu fizyologicznego samej skóry bywają nader liczne. stosownie do tego, jaka część składowa naszej skóry ulega zwyrodnieniu.

Jeżeli gruczoły łojowe lub potowe wydzielają zbyt obfitą ilość płynów, skóra staje się wilgotną, połyskującą, nieprzyjemną w dotyku; przy zbyt małej wydajności płynów, staje się ona natomiast suchą, wycieńczoną i kruchą. O ile znowu ujście tych gruczołów, wskutek jakichkolwiek bądź czynników. ulegnie zatkaniu, na powierzchni skóry występuje cały szereg wyprysków jakto: *trądziki*, *czyraki* (wrzodzianki), *wągliki* etc. i wiele innych zniekształcających wykwitów. Jak wiadomo, skóra nasza pokryta jest na całej przestrzeni mniej lub więcej bujnem owłosieniem. Otóż, w pewnych razach gruczoły włosowe są nazbyt rozwinięte i sprzyjają wskutek tego niezwykle bujnemu rozrostowi włosów, w innych natomiast warunkach ulegają one zanikowi, hamując jednocześnie normalny rozwój owłosienia. Do zmian wyłącznie miejscowych skóry należy również cały szereg plam barwnikowych jakto: *piegi*, *bielactwa nabyte* i inne.

Do drugiej kategoryi należą czynniki działające wewnątrz naszego ustroju. Tu zaliczyć wypada wszystkie zmiany chorobowe organów wewnętrznych: serca, nerek, wątroby, śledziony, kanału pokarmowego i innych.

Tu skóra odgrywa już rolę drugorzędną, i wszystkie zabiegi skierowane wyłącznie na nią, aby nadać jej wygląd normalny, stają się zupełnie płonnemi, o ile nie usuniemy właściwej przyczyny. Jestto tak samo, jakgdyby ktoś usiłował uratować gmach, którego podstawa się zachwiała, zalepiając szczeliny jego wapnem lub cementem! Niestety, co zupełnie wydaje się zrozumiałem każdemu w budownictwie, częstokroć bywa niezrozumianem i lekceważonem w budowie naszego ustroju.

Przystępując teraz do opisu *racyonalnej* kosmetyki skóry, postaram się możliwie dokładniej zapoznać czytelnika, w jakich wypadkach można stosować środki

kosmetyczne z powodzeniem i kiedy należy zwrócić się przedewszystkiem do lekarza, dla uprzedniego zbadania organizmu. (d. c. n.)

Z tajemnic chemii kosmetycznej.

Części składowe kosmetyków

ze wskazaniem ich pożytecznego lub ujemnego działania na zdrowie.

——

(Ciąg dalszy).

Fluoresceina (czyli ftaleina rezorcynowa). Zółto-czerwony krystaliczny proszek, prawie nierozpuszczalny w spirytusie i w wodzie; z amoniakiem okazuje zjawisko wspaniałej zielonej fluorescencji. W perfumerji ma zastosowanie przy wyrobie t. zw. *wody leśnej*, której nadaje piękną zieloną barwę. Barwnik dla zdrowia *nieszkodliwy*.

Fuksyna (czerwień anilinowa, chlorek rozaniliny). Są to drobne kryształki barwy zielono-złotawej, rozpuszczalne w spirytusie. Roztwory fuksyny posiadają piękną czerwoną barwę, dzięki czemu fuksyna ma zastosowanie w perfumerji jako barwnik. Dla zdrowia *nieszkodliwa*.

Galas patrz g a r b n i k.

Gałki muszkatołowe. Nasiona drzewa rosnącego na wyspach Indyjskich, mają woń przyjemną i smak ostry. Używane bywają w perfumerji do wyrobu t. zw. woreczków aromatycznych. Dla ustroju *obojętne*.

Garbnik. Do grupy garbników należą ciała, mające odczyn kwaśny, smak ściągający i dające z solami tlenniku żelaza kolor czarny. Z pomienionej grupy używany jest w perfumerji garbnik galasowy, czyli tannina — ciało gąbczaste, bezbarwne, o smaku silnie ściągającym; rozpuszcza się w spirytusie i wodzie. Używa się do wyrobu farb czarnych do włosów; do proszków, past i eliksirów do zębów; niektóre płyny i pomady do włosów zawierają również tanninę. Dla zdrowia *nieszkodliwy*.

Gips. Ma w perfumerji bardzo obszerne zastosowanie , gdyż służy do... zafałszowania niektórych innych składników przy wyrobie mydeł, proszków do zębów i pudrów. Dla ustroju ciało *nieobojętne*.

Glyceryna. Chemicznie czysta glyceryna jest alkoholem i powstaje przy zmydlaniu ciał tłustych tlenkami metali. Jestto płyn gęsty, bezbarwny, miesza się ze spirytusem we wszystkich stosunkach i chciwie pochłania wodę. Glyceryna w perfumerji ma bardzo obszerne zastosowanie, to też ulega częstym zafałszowaniom; niektórzy fabrykanci kosmetyków używają zamiast glyceryny: miodu, dekstryny, syropu i t. p.

Glyceryna służy do wyrobu mydeł glycerynowych, pomad, past do zębów, płynów udelikatniających cerę i t. p. Chemicznie czysta glyceryna jest dla ustroju zupełnie *nieszkodliwą*.

Helijotropina. Przedstawia się w postaci małych łusek białych o przyjemnym aromatycznym zapachu, smak ma nieco podobny do miętowego; w zimnej wodzie nie rozpuszcza się, natomiast rozpuszcza się w eterze, spirytusie i wodzie gorącej. Ma zastosowanie przy wyrobie perfum. Dla zdrowia zupełnie *nieszkodliwa*.

Indygo. Pochodzi z rozmaitych gatunków roślin indygowych; główną część składową indyga stanowi t. zw. błękit indygowy. Jestto masa o pięknej barwie niebieskiej, bez zapachu i smaku; ma zastosowanie w perfumerji jako barwnik; ulega częstym zafałszowaniom. Ciało dla ustroju *nieszkodliwe*.

Kamfora. Znajduje się (w stanie gotowym) w wielu roślinach, rosnących przeważnie w Japonii. Kamfora stanowi olejek eteryczny i przedstawia się w postaci kryształów o silnym, dobrze znanym każdemu zapachu; smak ma gorzki i nader łatwo się ulatnia. Kamfora wybiela i udelikatnia skórę; ma zastosowanie w perfumerji przy wyrobie mydeł i proszków do zębów. Dla ustroju *nieobojętna*.

Karmin. Jestto proszek lekki, bez zapachu i smaku; posiada bardzo piękną barwę; ulega częstym zafałszowaniom; ma w perfumerji obszerne zastosowanie: służy do wyrobu różów, pudrów, pomad, pomadek do ust, kremów, eliksirów i t. p. *Nieszkodliwy*, o ile nie bywa fałszowany cynobrem.

J. S-ki.



TREŚĆ 3-go N-ru KOSMETYKI:

Redaktor i Wydawca **Dr. H. Zamenhof.** Druk W. Cywińskiego, Nowy-Świat № 36.

Odpowiedzi Redakcji.

Pani B. J—cz. Przyczyn wypadania włosów jest dużo: o leczeniu wypadania włosów na tle łojotoku zamieściliśmy obszerny i wyczerpujący artykuł w 1 numerze „Kosmetyki."

P. J. R. O środkach przeciw piegom zamieszczony będzie wyczerpujący artykuł w jednym z najbliższych numerów „Kosmetyki."

Pannie Anieli. *„Pogadanki kosmetyczne"* ukazywać się będą stale w każdym numerze „Kosmetyki."

Dr. M. Za słowa zachęty i uznania dla naszej pracy serdecznie dziękujemy.

Pani R. w Kijowie. Kosmetyka r a c y o n a l n a wymaga znajomości pewnego działu nauk przyrodniczych i hygieny, poznania nowszych—opartych na zasadach estetyki i medycyny—kierunków pielęgnowania urody i leczenia istniejących wad piękności: w myśl tego poznać należy dokładnie następujące przedmioty:

Anatomię, histologję (subtelną budowę) i fizyologję skóry oraz włosów.

Choroby skóry i włosów w zakresie kosmetyki.

Leczenie chorób skóry i włosów w zakresie kosmetyki.

Hygienę piękności w zakresie kosmetyki.

Główne zasady estetyki ciała.

Chemię kosmetyczną teoretyczną i praktyczną.

Pielęgnowanie rąk i palców.

Mięsienie (massage) pneumatyczny, elektryczny i mechaniczny.

Pannie S. we Lwowie. Cierpienie, na które uskarża się Szan. Pani, powinno być leczone przez Jej domowego lekarza. Objawy opisane są wspólne dla wielu chorób.

Matce. Da się z łatwością usunąć: należy z córką udać się do chirurga, zajmującego się specjalnie ortopedją i massażem: takich lekarzy (i zakładów leczniczych ortop.) jest w Warszawie dużo. Adresy znaleźć można w kalendarzu.

Prenumeratorce № 486. Preparaty kosmetyczne z zawartością ołowiu są dla zdrowia bezwarunkowo szkodliwe; preparat wzmiankowany jest *nieszkodliwy.*

Panu Xawer. M. O wpływie glyceryny na cerę twarzy znajdzie Sz. Pan wyczerpujące objaśnienie w № 2 „Kosmetyki."

Pannie J. W. w Radomiu. Przepis na płyn kosmetyczny do twarzy, zawierający glycerynę, znajduje się w № 2 „Kosmetyki," w *„Pogadankach kosmetycznych."*

Dr. B. R. Rubrykę *„Pogadanki kosmetyczne"* będziemy stale zamieszczać w każdym numerze „Kosmetyki."

Dr. Cz. C. Analizę preparatu wzmiankowanego podaliśmy w № 2 „Kosmetyki."

Ciekawej. O pielęgnowaniu urody zamieścimy wkrótce szereg artykułów, objaśnionych rycinami.

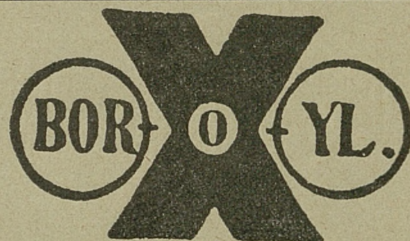
Massażystce. O mięsieniu (massage) twarzy zamieścimy wkrótce obszerniejszą pracę, objaśnioną licznemi rycinami.

Dr. S. Analizy kosmetyków krajowych i zagranicznych stale będziemy zamieszczać.

Fabrykantowi. Przepis na pastę do emaliowania paznogci zamieściliśmy w № 1 „Kosmetyki."

Brunetce. W jaki sposób nadać połysk włosom o martwym wyglądzie—pisaliśmy w № 1 „Kosmetyki."

Bezstronnemu. Za słowa uznania dla naszej pracy serdecznie dziękujemy.



Redaktor i Wydawca **Dr H. Zamenhof**. Druk W. Cywińskiego, Nowy-Świat № 36.